

# Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

## Pelancong dari Negara-negara dengan Penyebaran Berkekalan Secara Meluas (Berterusan) yang Tiba di Amerika Syarikat

Untuk memperlahangkan penyebaran wabak coronavirus 2019 (COVID-19) ke Amerika Syarikat, CDC sedang bekerjasama dengan kerajaan dan rakan kerja kesihatan awam tempatan untuk melaksanakan langkah berjaga-jaga untuk kesihatan selepas perjalanan.

Bergantung kepada sejarah perjalanan anda, anda akan diminta untuk tinggal di rumah bagi tempoh 14 hari bermula dari masa anda meninggalkan kawasan dengan penyebaran yang meluas atau berterusan dalam komuniti (Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3).

Negara-negara yang berada dalam Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3 (penyebaran secara meluas, berterusan):

- China ([Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3](#))
  - Maklumat lanjut untuk [Pelancong dari China yang tiba di Amerika Syarikat](#)
- Iran ([Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3](#))
- Itali ([Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3](#))
- Korea Selatan ([Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3](#))

**COVID-19** CORONAVIRUS DISEASE

### Health Alert: Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

You have traveled to a country with an outbreak of COVID-19 and are at higher risk. COVID-19 is a respiratory illness that can spread from person to person.

**Stay Home**  
Stay home for the next 14 days and monitor your health. Take your temperature with a thermometer two times a day and watch for symptoms.

**If you feel sick and have symptoms:**

- Call ahead before you go to a doctor's office or emergency room.
- Tell the doctor about your recent travel and your symptoms.
- Avoid contact with others.
- Do not travel while sick.

**Symptoms**  
Illnesses have ranged from mild symptoms to severe illness and death. Symptoms may appear 2–14 days after exposure.

**Symptoms can include:**

- Fever (100.4°F/38°C or higher)
- Cough
- Shortness of breath

Visit the website for more information on monitoring your health and how to contact local public health officials. Visit: [www.cdc.gov/COVIDtravel](http://www.cdc.gov/COVIDtravel)

 CDC

CS315649-B February 29, 2020 4:15 PM

Tinggal di rumah selama 14 hari bermula dari masa anda meninggalkan kawasan dengan penyebaran yang meluas atau berterusan dalam komuniti (Notis Kesihatan Perjalanan Tahap 3) dan amalkan pengasingan sosial.

Ambil langkah-langkah ini untuk memantau kesihatan anda dan amalkan pengasingan sosial:

1. Periksa suhu anda dengan termometer dua kali sehari dan pantau untuk batuk atau kesukaran bernafas.
2. Tinggal di rumah dan elakkan dari berjumpa dengan orang lain. Elakkan dari pergi ke tempat kerja atau sekolah dalam tempoh 14 hari ini. Bincang situasi kerja anda dengan majikan anda sebelum kembali bekerja.
3. Elakkan dari menggunakan pengangkutan awam, taxi, atau berkongsi kendaraan sepanjang tempoh anda mengamalkan pengasingan sosial.
4. Elakkan tempat tumpuan ramai (seperti pusat beli-belah dan pawagam) dan hadkan aktiviti anda di tempat awam.
5. Kekalkan jarak anda daripada orang lain (lebih kurang 6 kaki atau 2 meter)

## Apa Yang Perlu Dilakukan Sekiranya Anda Jatuh Sakit

Sekiranya anda jatuh sakit dan mengalami demam ( $100.4^{\circ}\text{F}/38^{\circ}\text{C}$  atau lebih tinggi), batuk, atau kesukaran bernafas

- Cari bantuan perubatan. Telefon terlebih dahulu sebelum anda pergi ke pejabat doktor atau bilik kecemasan.
- Beritahu doktor tentang perjalanan terakhir anda dan simptom anda.
- Elakkan dari bersentuhan dengan orang lain.

Sekiranya anda memerlukan bantuan perubatan untuk sebab-sebab lain, seperti dialisis, telefon doktor anda terlebih dahulu dan maklumkan kepada mereka tentang perjalanan terakhir anda ke kawasan dengan penyebaran meluas atau berterusan dalam komuniti bagi COVID-19.

Untuk sebarang pertanyaan tambahan mengenai pemantauan kesihatan anda, hubungi pegawai kesihatan awam tempatan anda. 

## Sumber-Sumber Tambahan

[Sumber-Sumber Komunikasi untuk Pelancong](#)

[Mengenai Wabak Coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)

[Soalan yang sering ditanya dan Jawapan mengenai COVID-19](#)

[Soalan yang sering ditanya dan Jawapan untuk Pelancong](#)

